



# Quid de la formation aux danses dans un contexte de distanciation sociale ?

Cathia Papi

Professeure, CURAPP-ESS, Université TÉLUQ



# Plan de la présentation

- La danse une pratique peu étudiée
- Une enquête exploratoire
- Danser: plus qu'un passe-temps
- La pandémie: un contexte particulier
- Des cours de danse en ligne
- La danse: une activité à réorganiser
- Appréciations des danseurs et danseuses
- Premiers éléments de conclusion
- Échanges

# La danse: une pratique peu étudiée



- Peu d'études sur les danses de loisirs (excepté C. Appri
- Généralement, études de la danse relatives à la scène ou aux tribus
- Rien sur les cours de danse en ligne
- Rien sur la danse en temps de pandémie



# Une enquête exploratoire

**Enquête par questionnaires en ligne diffusée par RSN**

- Au printemps: 61 réponses
  - A l'automne: 113 réponses
- => 174 répondants

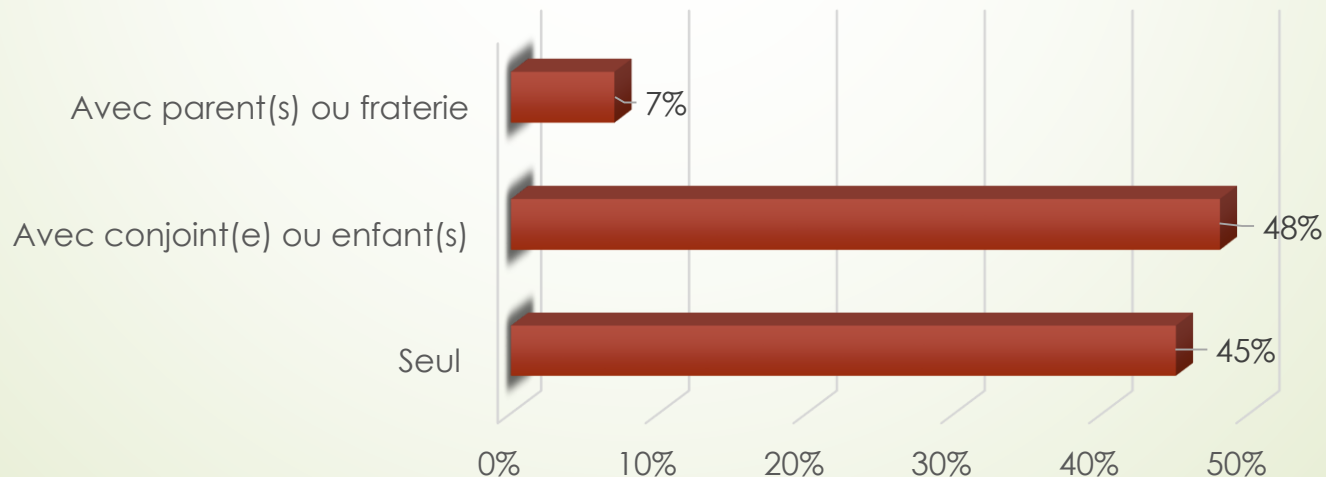




# Qui sont les danseurs/ses ayant répondu?

- 2/3 Canada / 1/3 France
- 73% femmes
- 56% ont entre 30 et 50 ans (16% <30 ans, 28% > 50 ans)
- Professeur de danse, enseignant, informaticien, ingénieur, architecte; docteur, infirmier, technicien, étudiant, retraité...

## Mode de vie



# Danser: plus qu'un passe-temps

## Types de danses



A word cloud featuring various dance styles. The words are arranged in a cluster, with 'Oriental' being the largest and most prominent. Other visible words include 'Salsa', 'WCS', 'Tango', 'Balboa', 'Kizomba', 'Chacha', 'Fusion', 'Tribal', 'Casino', 'Lindy', 'Classique', 'Blues', 'Zouk', 'Flamenco', 'Hip-hop', 'Bachata', 'Jazz', and 'Samba'.

Balboa  
Tango  
Chacha  
Kizomba  
Oriental  
Bachata  
Samba  
Fusion  
Tribal  
Casino  
Lindy  
WCS  
Classique  
Blues  
Zouk  
Flamenco  
Hip-hop  
Jazz

## Apports de la danse



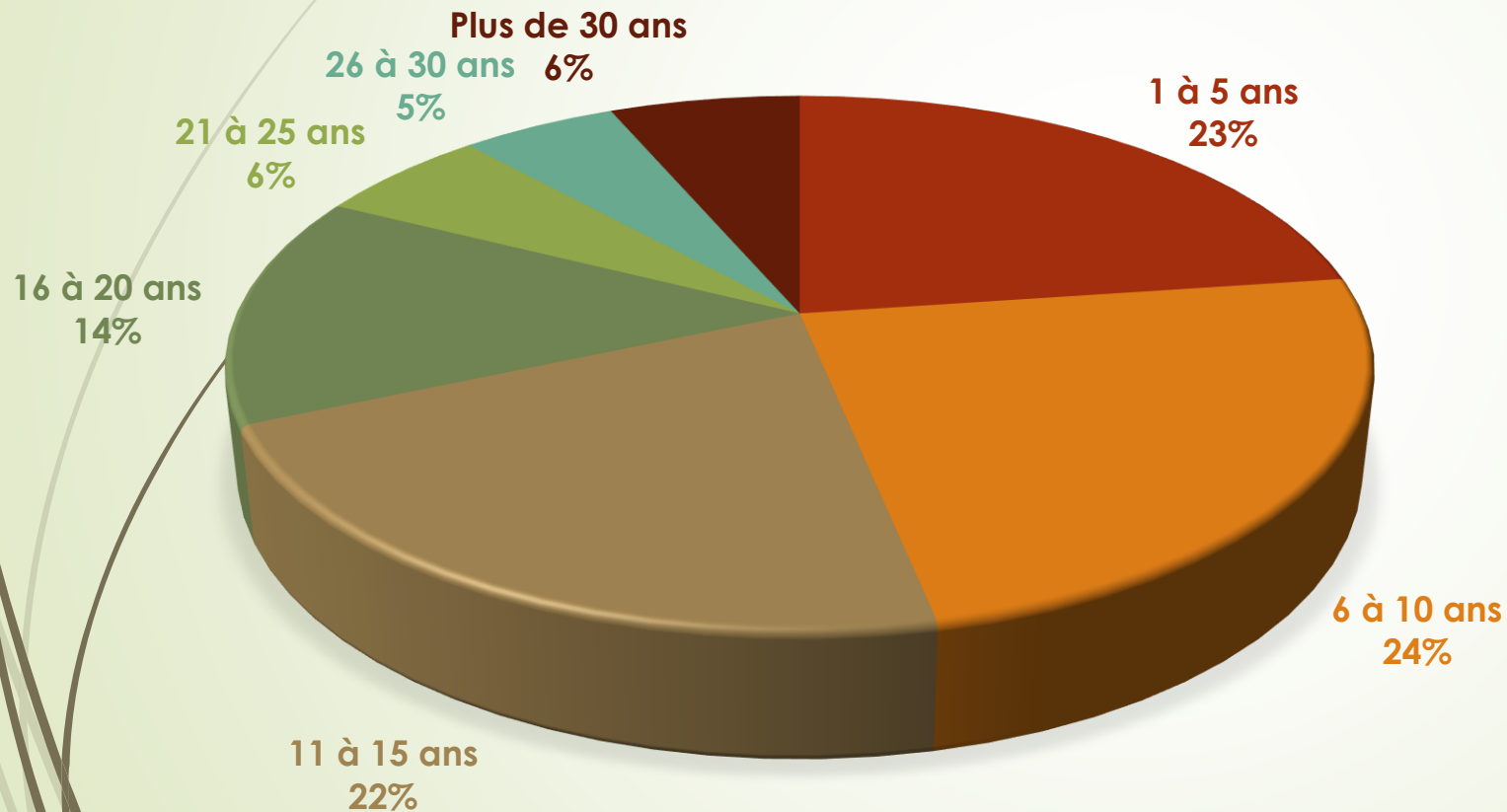
A word cloud featuring words related to the benefits of dance. The words are arranged in a cluster, with 'Joie' (Joy) and 'Bonheur' (Happiness) being the largest and most prominent. Other visible words include 'Expression', 'Harmonie', 'Dépassement', 'relations', 'Bien-être', 'Relations', 'Confiance', 'Détente', and 'Hygiène'.

Expression  
Harmonie  
Dépassement  
Joie  
relations  
Bonheur  
Bien-être  
Relations  
Confiance  
Détente  
Hygiène

**85,5 %** appartenance à une **communauté**

Mots-clés: entraide, partage, tolérance, échange, respect, plaisir, passion

## NOMBRE D'ANNÉES DE DANSE

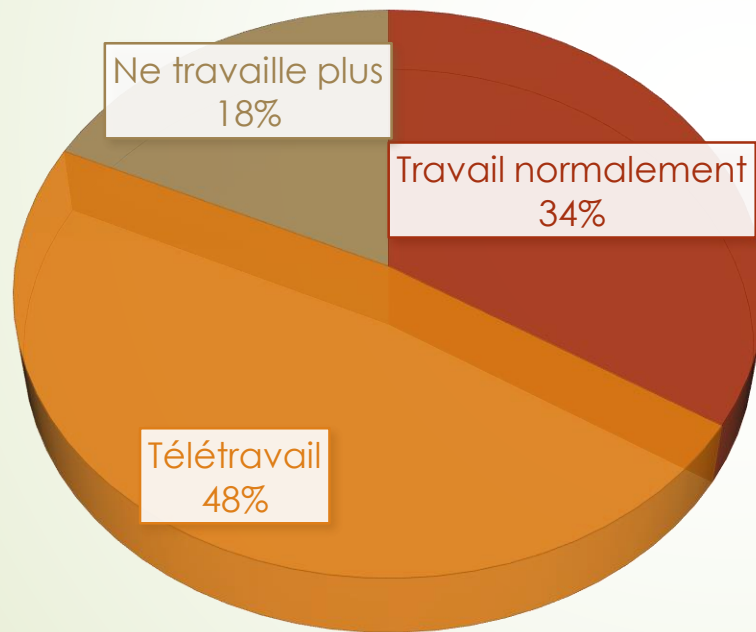


### Une pratique hebdomadaire

- 72% au moins un cours par semaine (avt pandémie)
- 63% au moins 1 soirée par semaine (avt pandémie)
- 73% pratiquent des mouvements de danse ou autre exercices contributifs au moins une fois par semaine
- 37% donnent des cours de danse (12% = métier)

# La pandémie: un contexte particulier

## TRAVAIL EN TEMPS DE PANDÉMIE



### Entre le printemps et l'automne

Baisse de la joie, de la sérénité et du calme (qui prédominaient au printemps)

Augmentation de la fatigue, de la tristesse et du stress (qui prédominent à l'automne)

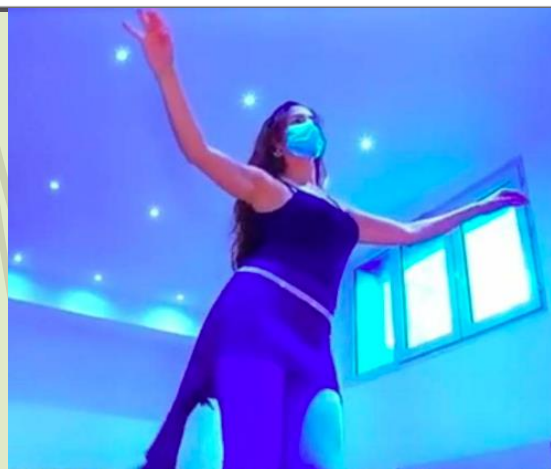


# Entre distanciation et fermeture des écoles de danse... Adaptation et frustrations



8 octobre · 🌐

Et quelqu'un peut m'expliquer pourquoi on ne peut pas continuer de donner nos cours de danse solo SANS CONTACT PHYSIQUE à 2 mètres de distance avec masque obligatoire 😊 EN TOUT TEMPS(exemple: footwork) mais les sports de combat AVEC CONTACT PHYSIQUE sont autorisés en sous groupe ???!!!



NOUS MAINTENONS TOUS LES COURS  
AU STUDIO JUSQU'À 22H30

NOUS FOURNIRONS DES  
ATTESTATIONS DE FORMATION A LA  
DANSE POUR VOUS DÉPLACER  
FACILEMENT

3H AVANT LE COURS ET SELON LES

VOUS  
MAINTENU

💡 Passage sur le JT de TF1 : 😊😊

"Je ne comprends pas ... On laisse l'accès aux transports, aux centres commerciaux, avec port du masque obligatoire, mais on se pose la question pour les salles de danse 😊!?, alors que le port du masque est tout à fait possible pendant la pratique ... tous les élèves préfèrent porter le masque et continuer leur activité, que de devoir tout annuler. 😊 Je respecte les

ON ASSUME LES RISQUES  
A VOUS DE VOIR



## Les écoles de danse de loisir ne savent plus sur quel pied danser

*Le Devoir*

## LES ÉCOLES DE DANSE DE LOISIR AURONT FINALEMENT ACCÈS À DE L'AIDE FINANCIÈRE D'URGENCE

28 octobre 2020

Red-danse.ca



<https://medium.com/@michael.casajus>

# Des danseurs entre nostalgie, manque et humour...



Bon on redanse quand ?? 🤔🤔🤔🤔  
Ne pas oublier son lave vitre...  
Les cosmonautes terriens...

« Le MicroClimate Air intègre une batterie qui permet de maintenir son système de ventilation en marche pendant quatre heures. Grâce à un câble USB long de 1m80, on peut le recharger à tout moment, même en déplacement. Cette innovation a bien évidemment un coût. »

199 usd



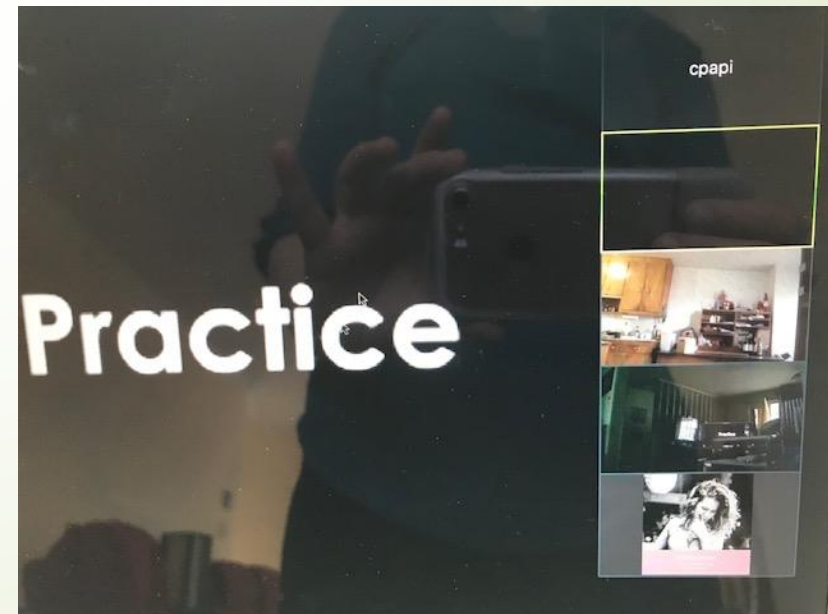


# Des cours de danse en ligne

- 82% n'avaient jamais suivi de cours de danse à distance avant la pandémie
- Cet automne:
  - 46,9% ne participent plus à aucune soirée
  - 15,9% ne prennent plus de cours
  - 7,1% ne dansent plus
  - 34,5% révisent et pratiquent des apprentissages antérieurs
  - 19,5% se forment avec des vidéos gratuites en ligne
  - **46% suivent des cours en ligne** (moitié avec leurs profs habituels, moitié avec d'autres)



# Faire à distance comme en présence



# Adapter son enseignement à la distance

 Cours de danse orientale en ligne avec Taly Hanafy 2020-2021 [+ Inviter](#) [Q](#) [...](#)

**Taly Hanafy**  
Admin · 4 novembre, 13:55 · 🌐

**COURS N°10**  
**SPECIAL VIBRATIONS (en 2 partie)**  
**PARTIE 1 : VIBRATIONS BASSES**  
Vidéo pour s'entraîner sur les vibrations  
Ajout de mouvements  
Vibrations avec déplacement du poids du corps

Je divise les vibrations en 4 styles :  
- Vibrations basses (genoux pliés, avec mobilisation du bassin)  
- Vibrations hautes (genoux tendus, sans mobilisation du bassin)  
- Vibrations pour le folklore (genoux pliés avec plus d'amplitude)  
- Chouchou (sur demi pointe avec piétinement)

Des vibrations de qualité sont :

- Régulières
- De même puissance de la jambe droite et de la jambe gauche
- Sans tension musculaire (notamment des cuisses)

Vous devez pouvoir ajouter des mouvements sur vos vibrations (tels que des 8, des chameaux, des rotations et autres mouvements de bassin ...).

Vous devez pouvoir effectuer des vibrations et rajouter des mouvements avec le haut du corps.

Vous devez pouvoir déplacer votre poids du corps sans incidence sur la qualité de votre vibration.

Au boulot les filles 😊😊😊



13:12 / 39:34

Vu par 31 personnes



**À propos**

Vous souhaitez prendre votre cours de danse orientale ...  
- aux jours et horaires qui vous arrangent ?  
- au travail, en vacances ou chez vous ? ...  
**Afficher la suite**

**Privé**  
Seuls les membres peuvent voir qui est dans le groupe et ce qui est publié


**Visible**  
Tout le monde peut trouver ce groupe.

**Groupe Général**


 [Retour à l'accueil](#)  EN

**WESTY SOLO TEAM**

**MOIS 1**

Westy Solo Team Choreo Music  
01:35 / 02:00 

**SEMAINE 1**



**SEMAINE 2**

**En Musique** **CHOREGRAPHIE**

**Partie 1** **Partie 1**

**En Musique** **CHOREOGRAPHY**

**Partie 1** **Back view / De dos**





# La danse: une activité à réorganiser

## Quel temps pour la danse ?

- 43,5% se planifient du temps pour danser
- La majorité danse quand c'est possible, parfois en faisant d'autres activités

## Quel espace pour la danse ?

- 15,1% peuvent danser dans un studio ou une école
- 23,7% ont un espace de danse à domicile
- 44,1% arrangent leur mobilier pour pouvoir danser
- 47,3% adaptent leurs pas ou chorégraphies à leur espace

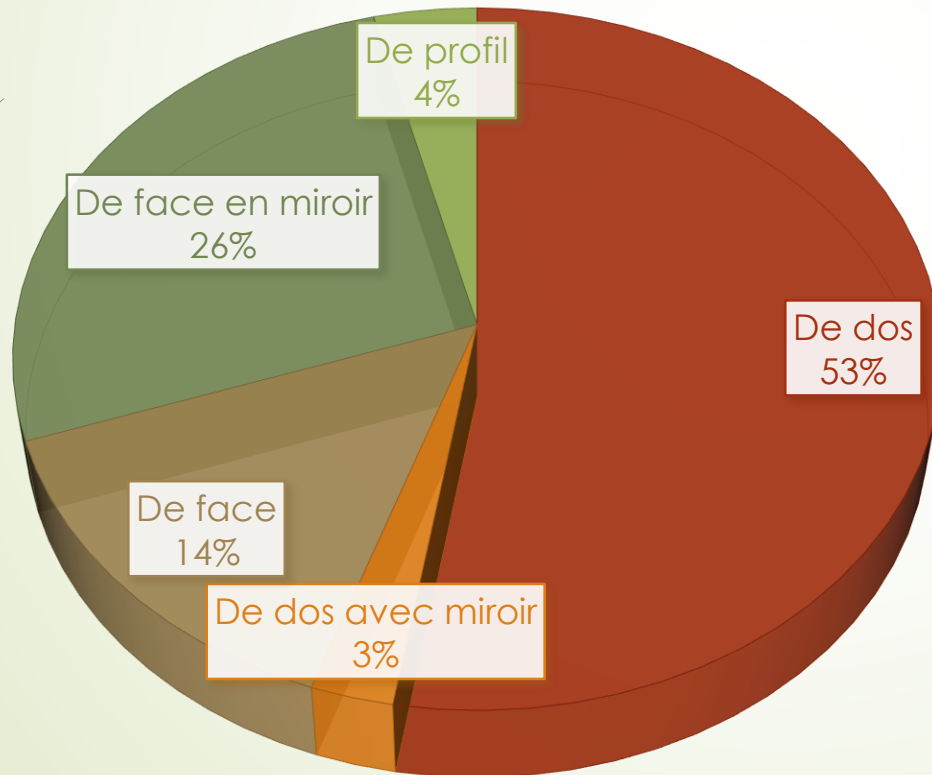
## Quel(le) partenaire pour la danse?

Les 2/3 des répondants pratiquent des danses normalement en couple...

- 16,5% dansent avec partenaire
- 24,2% dansent avec conjoint(e)
- 80,2% dansent seul(e)s

# Pratique de la danse à distance

## PRÉFÉRENCES POUR LES COURS EN LIGNE



### Autonomie ?

Fort suivi de ce qui est préconisé (apprentissage de pas ou de chorégraphie en suivant la ou le professeur(e) sur ses comptes et musiques.

Échauffements, étirements pratiqués fréquemment par la moitié.

Pratiquer sur d'autres musiques, compter soit même, communiquer avec les profs ou élèves est peu fréquent pour la majorité

# Appréciations des danseuses & danseurs

Avantages	Inconvénients
Flexibilité & rythme Variété & nouveauté Rétroactions directes Centration sur soi Précision  Surtout: avoir des cours malgré tout...	Pas d'espace temps dédié Manque de contact humain Pas de dynamique de groupe Pas (de changement) de partenaire Manque de rétroactions Problèmes techniques

41% aimeraient continuer à prendre des cours en ligne après la pandémie...  
59% souhaitent uniquement reprendre en présence

# Premiers éléments de conclusion

- Difficultés d'adaptation au passage à la distance similaires à l'enseignement formel, mais moins connues et moins de soutien (pas de conseillers technopédagogiques, pas toujours de soutien financier non plus...)
- Formation à la danse à distance: une piste intéressante pour la progression individuelle de danseurs aguerris, mais une pratique peu adaptée aux novices. // éducation formelle...
- Très peu de recherches sur la danse ... Or, plus qu'un loisir du samedi soir, c'est un mode de vie pour beaucoup, une pratique qui s'inscrit dans un écosystème où s'articulent cours, pratiques, soirées, spectacles, congrès, compétitions, où amateurs et professionnels sont étroitement liés et ont besoin les uns des autres.
- A venir: approfondissement de cette recherche par des croisements et tests statistiques + par des entretiens.

# Échanges



➡ [cpapi@teluq.ca](mailto:cpapi@teluq.ca)